

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №4 "Буратино"
/Зими́на О.А./

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.6	5	18.8	140	0
2008	188	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2.2	10	22.7	189	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.4	2.5	8.7	68	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	14.9	112	0
Итого			340	9	12.6	42.4	320	0
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
Итого			150	4.6	4.9	6	86	0
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0.4	4.1	2.4	60	7.2
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	150	3.6	2.9	8	75	0.6
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	150	7.6	13.8	28.9	314	
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.6	18	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			530	14.2	21.2	62.9	549	8.8
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.4	4.7	6.8	87	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		9.8	39	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	17.9	16.9	35.7	372	0.3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	115	4.4	7.6	27.5	196	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.1		4.9	20	0.3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		9.8	39	0
2008	К/К	ПЕЧЕНЬЕ	30	2.3	2.9	22.3	125	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	11.8	58	0
Итого			500	26.2	25.1	81.5	662	0.6
Всего				54	63.8	192.8	1617	9.4

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.5	6.4	22.7	172	0
2008	188	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.2	10	22.7	189	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.8	11.1	81	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2.3	0.9	26.9	123	0
Итого			405	10.5	10.1	60.7	376	0
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5.4	5.8	7.2	102	0
Итого			180	5.4	5.8	7.2	102	0
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0.5	5.1	2.8	65	7.2
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.4	9.6	87	0.6
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	180	13.1	21.7	21.9	284	1.2
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			640	21.1	30.7	64.9	566	9
Уплотненный полдник								
2012	437	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ	180			169.2	684	20.1
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	21.4	19.9	42	441	0.4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.4	7.6	27.5	196	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	К/К	ПЕЧЕНЬЕ	30	2.3	2.9	22.3	125	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			600	25.8	23.7	263.3	1383	20.5
Всего				62.8	70.3	396.1	2427	29.5

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.